© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Suis-je dependant?

Par Profil supprimé Postée le 24/10/2012 02:04

> bonsoir,je suis un jeune homme,de classe moyenne,je consomme regulierement de la cocaine,presque tout les jours en petite quantité ,je suis un gros debile et j'essaie de plus en prendre mais a chaque fois il faut qu'un ami en est et, me propose un trait ou defois c moi qui en est pour depanner les potes et taper un peu gratuit je fais que taper jusqu'a ki en est plus et pourtant jme resonne,jme dis qui faut pas etc et tout mais sa m'hatise et jme releve enfaire une...mais lorsque je 'est rien ou que jdis au autre que je ne suis pas la pour pas qui vienne (car je sais comment sa va faire) et bien je n'y pense pas,rien du tout,aucune envie comme si j'en avai jamais pris! et j'aimerais savooir pourquoi ?cela veut t-il dire que je ne suis pas dependant a cette merde.en tout cas j'ai envie d'arreter,et pour cela il faut que jme barre d'ou j'habite! je sais pas quoi faire,y'a t-il un personne qui pourrait en discuter avec moi, qui pourrait m'aider?

Mise en ligne le 24/10/2012

Bonjour,

Nous comprenons que vous consommez de la cocaïne uniquement en présence de vos amis. Lorsqu’ils ne sont pas avec vous, vous ne pensez pas à la cocaïne, n’en avez pas envie.

Le fait de ne pas être en « manque » est lié à l’absence de dépendance physique voire psychologique. En effet, au jour d’aujourd’hui, les études montrent qu’il n’y a pas de dépendance physique à la cocaïne, donc le corps peut s’en passer ; mais qu’il existe une dépendance psychologique, ce qui veut dire qu’on peut ressentir un besoin très fort d’en consommer même si on sait que cela aura des répercussions sur notre santé. Dans votre cas, c’est le contact avec vos amis qui déclenche chez vous l’envie d’en consommer jusqu’à ce que vous n’en ayez plus. On peut donc se demander ce qui se passe en présence des autres, si d’une manière générale vous arrivez à dire « non »…

Dans tous les cas, votre consommation de cocaïne est devenue un problème pour vous. Peut-être qu’avant ce n’était pas le cas, que vous trouviez des bénéfices mais aujourd’hui ça a changé. Vous avez changé et ne voulez plus de ce produit.

Partir de chez vous peut être une solution immédiate pour ne plus être dans un réseau de consommateurs et construire une vie ailleurs. Mais il peut aussi vous être utile d’en discuter avec quelqu’un afin de vous préparer au départ mais aussi comprendre ce qui a fait que votre consommation a changé, pourquoi en présence de vos amis vous consommez beaucoup, est-ce qu’un malaise existe quelque part...

Plusieurs possibilités pour vous aider :

Il existe des centres de soins spécialisés dans les addictions où vous pourrez rencontrer des professionnels pour faire le point sur votre consommation, sur votre vie et vous aider à arrêter sur la durée. Les consultations sont gratuites et confidentielles. Nous vous transmettons l'adresse de deux centres proches de chez vous.

Vous pouvez nous joindre par téléphone au 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h) pour une écoute et un soutien ponctuels.

Enfin, vous pouvez parler à d'autres personne vivant ou ayant vécu une situation ressemblant à la votre grâce à notre forum (http://www.drogues-info-service.fr/?-Forums-) ou à des groupes d'entraide comme les Narcotiques Anonymes (jours et heures des réunions au 01.43.72.12.72).

En vous souhaitant une bonne continuation,

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA l'Envol

25 bis avenue Jean Jaurès
30900 NIMES

Tél : 04 66 68 55 00
Site web : cutt.ly/PJoKnNV
Secrétariat : Du lundi au vendredi 8h30 à 17h, fermé le mardi de 13h30 à 16h
Accueil du public : Du lundi au vendredi 8h30 à 17h, fermé le mardi de 13h30 à 16h

Voir la fiche détaillée

CSAPA LOGOS - APSA30

8, rue Tédenat
30900 NIMES

Tél : 04 66 21 07 89
Site web : www.apsa30.fr
Secrétariat : Lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30, Jeudi de 14h30 à 17h30, vendredi

de 9h à 12h30
Accueil du public : Lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30, Jeudi de 14h30 à 17h30, vendredi de 9h à 12h30
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30, Jeudi de 14h30 à 17h30, vendredi de 9h à 12h30
Substitution : Lundi, mardi et mercredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30, Jeudi de 14h30 à 17h30, vendredi de 9h à 12h30

Voir la fiche détaillée